

Ενας άνθρωπος με φυσιολογική όραση έχει και από τα δύο μάτια οπτική οξύτητα 9/10-10/10. Άτομα με χαμηλή όραση θεωρούνται όσα παρουσιάζουν μειωμένη οπτική οξύτητα: 1/10-3/10 με την πλήρη διόρθωση του διαθλαστικού σφάλματος ή όταν το οπτικό τους πεδίο είναι μικρότερο των 60 μοιρών. Τι μπορεί να γίνει στις περιπτώσεις αυτές; Υπάρχουν καινούρια όπλα για την αντιμετώπιση ενός τόσο σοβαρού και φαινομενικά άλυτου προβλήματος που διευκολύνουν τον ασθενή να μπορεί να ζήσει μια σχετικά φυσιολογική ζωή.

Βοηθήματα για άτομα με χαμηλή όραση



Γράφει
η **ΤΑΤΙΑΝΑ
ΣΚΟΥΤΑΡΙΣ**

Οπομέτρης,
επικουρος καθηγήτρια
Πανεπιστημίου
Complutense
Μαδρίτης, ειδικευμένη
στη χαμηλή όραση
MSc. Low Vision,
εισηγήτρια και
εξετάστρια στην
Ευρωπαϊκή Ένωση για
το Ευρωπαϊκό
Δίπλωμα Οπτομετρίας

Ενας άνθρωπος με φυσιολογική όραση έχει και από τα δύο μάτια οπτική οξύτητα 9/10-10/10. Αν υπάρχει κάποια διαθλαστική ανωμαλία, όπως μυωπία, υπερμετρωπία, αστιγματισμός ή πρεσβυωπία, εξουδετερώνεται με τη χρήση γυαλιών ή φακών επαφής και αποκαθίσταται η όραση.

Σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, άτομα με χαμηλή όραση θεωρούνται όσα παρουσιάζουν μειωμένη οπτική οξύτητα: 1/20-3/10 με την πλήρη διόρθωση του διαθλαστικού σφάλματος ή όταν το οπτικό τους πεδίο είναι μικρότερο των 60 μοιρών. Αυτά έχουν ως αποτέλεσμα να μην μπορούν να αντεπεξέλθουν στις καθημερινές εργασιακές και κοινωνικές δραστηριότητές τους.

Τα αίτια για την ποιοτική και ποσοτική απώλεια της όρασης είναι παθολογικά, ποτέ διαθλαστικά. Οι παθήσεις αυτές μπορεί να είναι:

■ Κληρονομικές:

- ▶ νόσος Stargardt,
- ▶ μελαγχρωστική αμφιβληστροειδοπάθεια,
- ▶ σύνδρομο Leber,
- ▶ δυστροφία κωνίων,
- ▶ αλφισμός,
- ▶ δυστροφία της ωχράς.

■ Εκ γενετής:

- ▶ οπισθοφακική νωπίασας,
- ▶ νυσταγμός.

Αλλά στο μεγαλύτερο ποσοστό είναι:

■ Επικίνδυνες:

- ▶ ηλικιακή εκφύλιση της ωχράς κηλίδας (ξηρού και εξιδρωματικού τύπου),
- ▶ διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια,
- ▶ οπτική ωχράς,
- ▶ γλαύωμα,
- ▶ μυωπική ωχροπάθεια,
- ▶ οπτική νευρίτιδα,
- ▶ σπασμωδική κεντρική αρτηρία ή φλέβια του αμφιβληστροειδούς.

Στη χαμηλή όραση μπορεί να οδηγήσει ένας τραυματισμός, αλλά και παθήσεις, όπως η σκληρήνωση κατά πλάκας, ο σακχαρώδης διαβήτης και ο όγκος στον εγκέφαλο. Για κάποιες ωχροπάθειες ευθύνονται φάρμακα, όπως είναι τα αντιβιοτικά, κατασταλτικά, και φάρμακα που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία της σχιζοφρένειας και άλλων ψυχώσεων, αντιοιστρογόνα που χρησιμοποιούνται για τον καρκίνο του μαστού, αλλά και φάρμακα που αφορούν την οστεοπόρωση.

Όταν έχει γίνει η διάγνωση της πάθησης από τον οφθαλμίατρο, ο ασθενής παραπέμπεται στον εξειδικευμένο οπτομέτρη, ο οποίος αξιολογεί την εναπομείνουσα όραση για να επιλέξει το κατάλληλο οπτικό βοήθημα.

Το 95% των ασθενών με χαμηλή όραση εξασκούν και υπερδιπλάσιάζουν την όρασή τους με τη χρήση



Τα βοηθήματα βελτιώνουν την οπτική ικανότητα που υπάρχει μεγαλώνοντας το είδωλο που προβάλλεται στον αμφιβληστροειδή

των οπτικών βοηθημάτων. Πρόκειται για βοηθήματα τα οποία βελτιώνουν την οπτική ικανότητα μεγαλώνοντας το είδωλο που προβάλλεται στον αμφιβληστροειδή. Μπορούν να χωριστούν σε δύο κατηγορίες: Αυτά που χρησιμοποιούνται για κοντινές εργασίες, όπως ανάγνωση, γραφή και χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή και αυτά που αφορούν τη μακρινή όραση, όπως είναι η παρακολούθηση τηλεόρασης, η αναγνώριση προσώπων και η μετακίνηση.

Οπτικά βοηθήματα για κοντά

▶ **Μεγθυντικά γυαλιά για διάβασμα.** Εφαρμόζονται σε σκελετό όπως και τα συμβατικά γυαλιά. Κατασκευάζονται στην Αμερική, σε εργαστήρια που προμηθεύουν τη NASA με υπερευαίσθητα οπτικά όργανα. Προσφέρουν άνετο διάβασμα, ακόμα και αν πρόκειται για γράμματα εφημερίδας. Οι ασθενείς διαβάζουν με την ίδια ταχύτητα, όπως ένας άνθρωπος με φυσιολογική όραση. Αποτελούν τον πιο λειτουργικό τρόπο διαβάσματος, ενώ συγχρόνως εξασκούν την εναπομείνουσα όραση, με αποτέλεσμα η οπτική οξύτητα αρχικά να σταθεροποιείται και ύστερα από 6-9 μήνες να βελτιώνεται σημαντικά. Πολλοί από τους ασθενείς που χρησιμοποιούν αυτά τα γυαλιά «μικροσκόπια», έπειτα από κάποιο διάστημα μπορούν και διαβάζουν ξανά με τα γυαλιά προσβλεπόμενης τους.

▶ **Τηλεσκοπικά γυαλιά για ανάγνωση ή χρήση η-**

ηλεκτρονικού υπολογιστή. Συνήθως είναι διάφραγμα και εστιάζομενα. Αποδίδουν σε αποστάσεις 35cm - 80cm. Ιδανικό βοήθημα για μαθητές και εργαζόμενους που έχουν ανάγκη να διαβάσουν, να γράψουν και συγχρόνως να χρησιμοποιούν ηλεκτρονικό υπολογιστή.

▶ **Μεγθυντικοί φακοί χειρός και επιτραπέζιοι.** Έχουν περιορισμένες οπτικές δυνατότητες και ενδείκνυται μόνο για στιγμιαία χρήση.

▶ **Ηλεκτρονικοί μεγθυντές οθόνης.** Οι συσκευές αυτές μπορεί να είναι επιτραπέζιες, αλλή και φορητές. Έχουν δυνατότητα μεγθυνσης ενός κειμένου έως 60 φορές. Συνιστώνται σε ασθενείς που δεν μπορούν να βοηθηθούν με τα ειδικά γυαλιά «μικροσκόπια».

Οπτικά βοηθήματα για μακριά

▶ **Γυαλιά «τηλεσκόπια».** Εφαρμόζονται σε σκελετό, εστιάζουν σε διάφορες αποστάσεις και παράλληλα επιτρέπουν στον ασθενή να περπατήσει.

▶ **Ηλεκτρονικό βοήθημα κεφαλής (φορητό).** Επιτρέπει να δει κανείς μέσω μιας ενσωματωμένης κάμερας. Είναι έγχρωμο και αυτοεστιαζόμενο. Μπορεί κανείς να διαβάσει, να γράψει, να δουλέψει στον ηλεκτρονικό υπολογιστή, αλλά και να παρακολουθήσει θέατρο ή κινηματογράφο.

Η όραση των ασθενών με αυτά τα οπτικά βοηθήματα βελτιώνεται 2/10-3/10 και διευκολύνονται οι καθημερινές δραστηριότητες.

